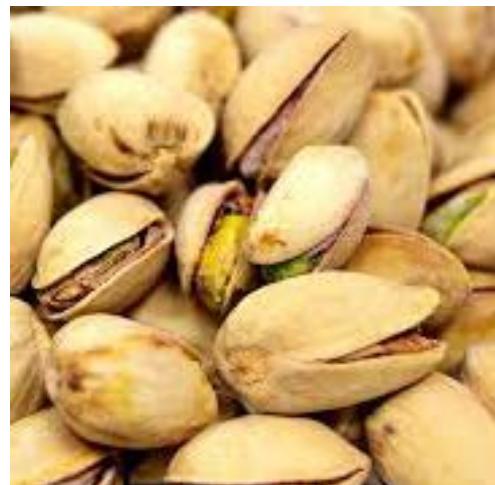


**Miele**



*#DeliciousUSDriedFruits  
#NutritiousUSNuts*  
**Cooking Class with U.S.  
Dried Fruits and Tree Nuts**



# Recepten Recipes



Healthy bar met noten en gedroogd fruit

*Healthy Bar with U.S. Tree Nuts and Dried Fruits*

Appel crumble met amandelen, walnoten, pistache, pruimen en cranberries

*Apple Crumble with U.S. Almonds, Walnuts, Pistachios, Dried Plums and Dried Cranberries*

Zoete aardappel, bonen salade en gekarameliseerde walnoten

*U.S. Sweet Potato, Bean Salad and Caramelized Walnuts*

Maishoenderfilet met gewelde pruimen met spek gebakken en zomergroenten

*Yellow Corn-Fed Chicken Breast with Dried Plums, Bacon and Summer Vegetables*

Gestoomd broodje met flat iron steak en pistache

*Steamed Bun with Flat Iron U.S. Steak and Pistachios*

Alaska zalmfilet met pistache/amandel kruim, groene asperges en aardappel mousseline

*Alaska Salmon with U.S. Pistachio and Almond Crumbs, Green Asparagus and Potato Mousseline*

Chocolade, cranberries en gezouten karamel

*Chocolate, Dried Cranberries and Salted Caramel*

*Confection*

# Healthy bar met noten en gedroogd fruit

## Healthy Bar with U.S. Tree Nuts and Dried Fruits

### Ingrediënten

Voor +/- 10 repen

150 gram gedroogde pruimen zonder pit  
50 gram gedroogde vijgen  
100 gram walnoten fijn gehakt  
150 gram havermout  
25 gram amandelen  
25 gram pistache  
25 gram cranberry  
40 gram honing  
50 gram roomboter (gesmolten) of kokosolie

### Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor  
**Stand**      **Hetelucht Plus**  
**Temperatuur**      **175 °C**
  2. Draai de pruimen fijn in de keukenmachine.
  3. Meng de havermout met de fijn gehakte walnoten, amandelen, pistache en cranberries door de gepureerde pruimen.
  4. Als laatste de gesmolten boter en de honing en kneed goed door.
  5. Verdeel het nu in een cakeblik en druk het goed aan.
  6. Bak het nu af in de voorverwarmde oven.
  7. Laat kort afkoelen en snijd in repen.
- Tijd      25 minuten**

### Ingredients

For about 10 bars

150 gram of dried plums without seeds  
50 gram of dried figs  
100 gram of finely chopped walnuts  
150 gram of oatmeal  
25 grams of almonds  
25 grams of pistachios  
25 grams of dried cranberries  
40 gram of honey  
50 gram of melted butter or coconut oil

### Directions

1. Preheat the oven.  
**Setting**      **Hot Air Plus**  
**Temperature**      **175 °C**
  2. Place the prunes into the food processor and mash.
  3. Mix the oatmeal with the finely chopped walnuts, almonds, pistachios, and dried cranberries with the mashed prunes.
  4. Melt the butter and the honey together, mix well with the other ingredients.
  5. Pour the mixture into a cake tin and press it down evenly.
  6. Bake in the preheated oven.
  7. Let cool briefly before cutting into strips.
- Time      25 minutes**

# Appel crumble met amandelen, walnoten, pistache, pruimen en cranberries

## *Apple Crumble with U.S. Almonds, Walnuts, Pistachios, Dried Plums and Dried Cranberries*

### Ingrediënten

Voor 4 personen

#### Crumble

90 gram bloem  
60 gram boter  
30 gram suiker  
 $\frac{1}{4}$  tl kaneel  
25 gram gehakte amandelen  
50 gram grof gehakte walnoten  
25 gram pistache (gehakt)

#### Vulling

1 appel (Pink Lady)  
4 gedroogde pruimen  
25 gram gedroogde cranberries  
20 gram roomboter  
rasp van citroen  
Fleur de sel

### Bereidingswijze

1. Kruimel van de bloem, boter, suiker en kaneel een mooi kruimeldeeg.
2. Meng er als laatste de gehakte amandelen, walnoten en pistache door heen.
3. Laat staan tot verder gebruik.
4. Schil de appel en snijd in grove blokjes (1cm).
5. Snijd de gedroogde pruimen in stukken.
6. Laat de boter smelten in een koekenpan en bak hier de appel kort in aan.
7. Meng er dan de pruimen en cranberries door heen en maak af met rasp van citroen.
8. Verwarm de oven voor
9. Vul de bakjes of vormpjes met het appel, pruimen, cranberries mengsel.
10. Dek af met de crumble en bestrooi licht met wat fleur de sel.
11. Plaats in de oven op niv. 1 en bak in ca. 25 minuten gaar.

Stand

Intensief Bakken

Temperatuur

175 °C



# Appel crumble met amandelen, walnoten, pistache, pruimen en cranberries

## *Apple Crumble with U.S. Almonds, Walnuts, Pistachios, Dried Plums and Dried Cranberries*

### Ingredients

Serves 4

#### Crumble

90 grams of flour  
60 grams of butter  
30 grams of sugar  
 $\frac{1}{4}$  tsp of cinnamon  
25 grams of chopped almonds  
50 grams of coarsely chopped walnuts  
25 grams of chopped pistachios

#### Filling

1 apple (Pink Lady)  
4 dried plums  
25 grams of dried cranberries  
20 grams of butter  
Grated lemon  
Sea salt

### Directions

1. Work the flour, butter, sugar and cinnamon together to make a nice crumble dough.
2. Mix in the chopped almonds, walnuts and pistachios.
3. Set aside.
4. Peel and cut the apple into 1 cm (about  $\frac{1}{2}$  inch) cubes.
5. Cut the prunes into pieces.
6. Melt the butter in a frying pan and fry the apples briefly.
7. Then mix in the prunes and cranberries. Finish with some grated lemon.
8. Preheat the oven.
9. Fill the trays or molds with the apple, prune and cranberry mixture.
10. Cover with the crumble and sprinkle lightly with sea salt.
11. Place in the oven at level 1 and cook for about 25 minutes.

Setting	Intensive Baking
Temperature	175 °C



# Zoete aardappel, bonen salade en gekarameliseerde walnoten

## *U.S. Sweet Potato, Bean Salad and Caramelized Walnuts*

### Ingrediënten

4 personen

1 zoete aardappel  
1 el zwarte bonen  
1 el witte bonen  
1 el kidney bonen  
1 tomaat zonder vel en zaad, in blokjes  
1 citroen  
1 el gehakte platte peterselie  
peper  
zout

8 walnoten gehalveerd  
1 el golden syrup



### Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor:

**Stand** Hetelucht Plus  
**Temperatuur** 200 °C

2. Pof de zoete aardappel in ca 30 minuten gaar. Laat afkoelen en pel de aardappel.
3. Prak de aardappel en maak aan met wat olijfolie en rasp van de citroen. Breng op smaak met peper en zout.
4. Maak de bonen aan met de blokjes tomaat, olijfolie, peper en zout en de gehakte peterselie.
5. Breng op smaak met olijfolie peper en zout.
6. Laat staan tot verder gebruik.
7. Verwarm de oven voor:

**Stand** Hetelucht Plus  
**Temperatuur** 175 °C

8. Maak de gehalveerde walnoten aan met de golden syrup en plaats in de voorverwarmde oven.
9. Rooster ze voor 5 minuten dan omscheppen en nog 5 minuten laten roosteren.
10. Laat afkoelen op bakpapier en licht na zouten met fleur de sel.

### Serveren

Schep een lepel van de zoete aardappel puree op een bordje, laat hier wat van de bonen salade over vallen. Maak af met de gekarameliseerde walnoten.

# Zoete aardappel, bonen salade en gekarameliseerde walnoten

## U.S. Sweet Potato, Bean Salad and Caramelized Walnuts

### Ingredients

Serves 4

1 sweet potato  
1 tbsp black beans  
1 tbsp white beans  
1 tbsp kidney beans  
1 tomato, peeled and seeded, cut into cubes  
1 lemon  
1 tbsp chopped flat parsley  
Pepper  
Salt

8 walnuts, halved  
1 tbsp golden syrup

### Directions

1. Preheat the oven.

**Setting** Hot Air Plus  
**Temperature** 200 °C

2. Cook the sweet potato in the oven for about 30 minutes. Allow to cool. Peel.
  3. Mash the potato with a fork adding some olive oil and grated lemon. Season with salt and pepper, to taste.
  4. Mix the beans with the tomato cubes, olive oil, salt and pepper, and chopped parsley.
  5. Season with additional olive oil and salt and pepper, if needed.
  6. Set aside.
  7. Preheat the oven.
- Setting** Hot Air Plus  
**Temperature** 175 °C
8. Mix the halved walnuts with the golden syrup and place in the preheated oven.
  9. Roast for 5 minutes, turn the nuts over and roast for another 5 minutes.
  10. Allow the caramelized nuts to cool on parchment paper. Lightly salt.

### To Serve

Evenly distribute the sweet potato mash on the four plates, then spoon the bean salad over the sweet potato and finally, top with the caramelized walnuts.



# Maishoenderfilet met gewelde pruimen met spek gebakken en zomergroenten

## *Yellow Corn-Fed Chicken Breast with U.S. Dried Plums, Bacon and Summer Vegetables*

### Ingrediënten

4 personen

2 stuks maishoenderfilet

1 takje tijm

2 el olijfolie

4 stuks pruimen geweld

4 plakjes pancetta

40 gram tuinbonen

40 gram doperwten

1 takje bonenkruid

20 gram boter

### Bereidingswijze

1. Doe de maishoenderfilet in een vacuumzak samen met de tijm en de olijfolie en vacumeer deze.

2. Leg de maishoender in een stoomovenpan met gaatjes en schuif in de stoomoven.

<b>Stand</b>	<b>Stomen</b>
<b>Temperatuur</b>	<b>68 °C</b>
<b>Tijd</b>	<b>30 minuten</b>

3. Omwikkel de pruimen met een plakjes pancetta en leg op een bakplaat en schuif in een voorverwarmde oven van 175 °C

<b>Stand</b>	<b>Hetelucht Plus</b>
<b>Temperatuur</b>	<b>175 °C</b>
<b>Tijd</b>	<b>10-15 minuten</b>

4. Doe de tuinbonen en doperwten in een stoomovenpan met gaatjes en schuif in de stoomoven.

<b>Stand</b>	<b>Stomen</b>
<b>Temperatuur</b>	<b>100 °C</b>
<b>Tijd</b>	<b>2 minuten</b>

5. Spoel de tuinbonen en doperwten gelijk koud en dubbel dop de tuinbonen.

6. Verwijder de takjes van het bonenkruid en hak de blaadjes fijn.

### Serveren

1. Bak de maishoender in de koekenpan goudbruin.

2. Verwarm het klontje boter en stoof hierin de tuinbonen en doperwten samen met het bonenkruid.

3. Snijd de maishoender in de lengte doormidden en leg op ieder bord een stuk filet. Schep de tuinbonen en doperwten erbij en leg de gebakken pruim erbij.



# Maishoenderfilet met gewelde pruimen met spek gebakken en zomergeroenten

## *Yellow Corn-Fed Chicken Breast with U.S. Dried Plums, Bacon and Summer Vegetables*

### Ingredients

#### Serves 4

2 chicken breasts

1 sprig of thyme

2 tbsp of olive oil

4 dried plums

4 slices of pancetta

40 grams of broad beans

40 grams of peas

1 sprig of savory

20 grams of butter

### Directions

1. Place the two chicken breasts in a vacuum bag together with thyme and olive oil.
2. Place the bag in the steam oven pan with holes and place in the steam oven.

Setting	Steam
Temperature	68 °C
Time	30 minutes

3. Wrap the prunes with the slices of pancetta and place on a baking tray. Cook in the preheated oven at 175 °C.

Setting	Hot Air Plus
Temperature	175 °C
Time	10-15 minutes

4. Put the broad beans and peas in the steam oven pan with holes and slide into the steam oven.

Setting	Steam
Temperature	100 °C
Time	2 minutes

5. Rinse the broad beans and peas until cold. Shell the broad beans.

6. Remove the sprigs from the oven and finely chop the leaves.

### To Serve

1. Fry the chicken in the frying pan until golden brown.
2. Heat the butter and fry the broad beans and garden peas with the savory.
3. Cut the chicken in half lengthwise and place a piece on each plate.



# Gestoomd broodje met flat iron steak en pistache

## Steamed Bun with Flat Iron U.S. Steak and Pistachios

### Ingrediënten

4 personen

#### Bao

250 gram bapaomeel  
4 gram poedergist  
32 gram suiker  
2 gram zout  
125 ml water

#### Zoetzure uitjes

2 rode uien  
olijfolie  
1 el basterdsuiker  
2 el azijn  
peper  
zout  
4 el pistache

#### Flat Iron Steak

320 gram flat iron steak  
peper  
zout  
klontje boter

### Bereidingswijze Bao

1. Meng het bapoameel met het gist en de suiker. Voeg een beetje zout toe. Giet het water er langzaam bij en kneed tot een egaal en soepel deeg.
2. Is het deeg te droog voeg extra water toe. Kneed met de hand nog goed door.
3. Rol een pil van het deeg en verdeel het deeg in 4 gelijke stukken.
4. Bol het deeg op. Leg de deegbollen op stukjes bakpapier. Laat de deegbollen circa 1 uur rijzen.
5. Leeg de deegbollen in een stoomovenpan met gaatjes en schuif in de stoomoven.

Stand	Stomen
Temperatuur	100 °C
Tijd	10 minuten

### Bereidingswijze zoetzure uitjes

1. Haal de schil van de uien, snijd ze doormidden en in dunne reepjes. Bewaar de afsnijdsels.
2. Verwarm in een steelpan een scheut olijfolie en fruit hierin de ui tot deze glazig is.
3. Voeg nu een schep basterdsuiker toe laat deze wegsmelten.
4. Maak het geheel op smaak met de azijn, peper en zout.
5. Rooster de pistache noten in een koekenpan met een beetje olie en breng op smaak met zout.

### Serveren

1. Kruid de sukade met peper en zout en verwarm ondertussen een scheutje olie in de pan.
2. Bak de sukade op hoog vermogen rondom bruin en doe op het laats een klontje boter in de pan en evt. de afsnijdsels van de rode ui.
3. Snijd het gestoomde broodje doormidden en vul deze met de zoetzure ui plakjes vlees en met de geroosterde pistache.



# Gestoomd broodje met flat iron steak en pistache

## Steamed Bun with Flat Iron U.S. Steak and Pistachios

### Ingredients

Serves 4

#### Bao

250 grams of bapao flour  
4 grams of yeast  
32 grams of sugar  
2 grams of salt  
125 ml water

#### Sweet and Sour Onions

2 red onions  
Olive oil  
1 tbsp of caster (super fine) sugar  
2 tbsp of vinegar  
Pepper  
Salt  
4 tbsp of pistachios

#### Flat Iron Steak

320 grams of flat iron steak  
Pepper  
Salt  
Lump of butter

### Directions for Bao

1. Mix the bapao flour with the yeast and sugar.
2. Add extra water to dry dough. Knead well by hand.
3. Roll into a ball and divide into four equal pieces.
4. Place the dough balls on pieces of baking paper. Let the dough rise for about one hour.
5. Put the dough balls into a steam oven pan with holes and slide into the steam oven.

Setting	Steam
Temperature	100 °C
Time	10 minutes

### Directions for Sweet and Sour Onions

1. Peel the onions, cut into thin strips. Save the trimmings.
2. Heat a dash of olive oil in a saucepan and fry the onion until translucent.
3. Add a scoop of caster sugar and let it melt.
4. Season with the vinegar, salt and pepper, to taste.
5. Roast the pistachio nuts in a frying pan with a little oil. Season with salt.

### To Serve

1. Season the steak with salt and pepper. Set aside. In the meantime, preheat the oil in a pan.
2. Fry the steak on high heat until brown. At the end, put a lump of butter in the pan and if desired, add the trimmings from the red onion.
3. Cut the steamed bun in half and fill it with the sweet-sour onion slices, the meat and the roasted pistachio.



# Alaska zalmfilet met pistache/amandel kruim, groene asperges en aardappel mousseline

## *Alaska Salmon with U.S. Pistachio and Almond Crumbs, Green Asparagus and Potato Mousseline*

### Ingrediënten

#### 4 personen

4 x 130 gram zalmfilet

2 el Japans broodkruim  
1 el gepelde pistache  
1 el amandelen  
1 el gehakte peterselie  
zout

12 stuks groene asperges

200 gram aardappel geschild  
50 ml melk  
50 gram boter

notenkruim  
waterkers



### Bereidingswijze

1. Leg de zalm op een bakplaatje en dek deze af met plasticfolie en bewaar tot verder gebruik.
2. Hak de pistache en amandelen fijn.
3. Doe het broodkruim in een koekenpan samen met de noten en bak dit geheel goudbruin en bewaar tot verder gebruik.
4. Breng het op smaak met wat zout en meng de peterselie er op het laatst doorheen.
5. Schil de groene asperges en leg ze in een stoomovenpan met gaatjes en schuif in de stoomoven
  - a. Stomen 100 °C
  - b. Tijd 4-6 minuten
6. Doe de geschildde aardappelen in een stoomovenpan met gaatjes en schuif in de stoomoven
  - a. Stomen 100 °C of 120 °C
  - b. Tijd 20 minuten 8 minuten
7. Doe de aardappels in een pureeknijper zodat er een mooie fijne aardappelpuree ontstaat.
8. Breng de melk en de boter aan de kook en meng dit door de puree heen en breng op smaak met zout.

### Serveren

1. Verwarm de oven voor op **Hetelucht Plus 65 °C** en schuif de zalmfilet in de oven.  
**Hetelucht Plus 65 °C**  
**Tijd 20-25 minuten**
2. Schep de aardappelpuree op het bord en maak hier een veeg van leg de groene asperges erbij.
3. Leg de zalm ertegenaan en schep boven op de zalm het notenkruim en garneer met waterkers en een scheutje olijfolie.

Alaska zalmfilet met pistache/amandel kruim, groene asperges en aardappel mousseline

*Alaska Salmon with U.S. Pistachio and Almond Crumbs, Green Asparagus and Potato Mousseline*

**Ingredients**

**Serves 4**

4 x 130 grams of salmon fillets

2 tbsp of Japanese bread crumbs  
1 tsp shelled pistachios  
1 tbsp almonds  
1 tbsp chopped parsley  
Salt

12 green asparagus pieces

200 grams of peeled potato  
50 ml milk  
50 grams of butter

Chopped Nuts  
Watercress

**Directions**

1. Place the salmon on a baking tray and cover with plastic foil. Set aside.
2. Finely chop the pistachios and almonds.
3. Put the bread crumbs in a frying pan together with the nuts and fry until golden. Set aside.
4. At the end, season with some salt and parsley.
5. Prepare the asparagus. Place in a steam oven pan with holes and slide into the steam oven.
  - a. Steam 100 °C
  - b. Time 4-6 minutes
6. Put the peeled potatoes into the steam oven.
  - a. Steam 100 °C of 120 °C
  - b. Time 20 minutes 8 minutes
7. Using the potato ricer, press the potatoes into a bowl so that there is a nice, fine mashed potato.
8. Bring the milk and butter to a boil. Mix in the mashed potato and season with salt.

**To Serve**

1. Preheat the oven to Hot Air Plus 65 °C and slide the salmon fillet into the oven.

**Hot Air Plus 65 °C**  
**Time 20-25 minutes**
2. Put the mashed potatoes on the plate and place the asparagus on top in a nice arrangement.
3. Place the salmon on the plate next to the potatoes. Add a scoop of nut crumbs to the top; garnish with watercress and olive oil.



# Chocolade, cranberries en gezouten karamel Chocolate, Cranberry and Salted Caramel Confection



## Ingrediënten

4 personen

### Gezouten karamel:

75 gram witte basterdsuiker  
100 gram slagroom  
zout

## Bereidingswijze

### Gezouten karamel

1. Karamelliseer de suiker in een droge pan.
2. Verwarm ondertussen de slagroom en blus de suiker hiermee af.
3. Laat opnieuw opkoken en zeef het geheel.
4. Breng op smaak met het zout.

### Cranberrycompote:

75 gram cranberries  
32 gram rode wijn  
25 gram sinaasappelsap  
25 gram rietsuiker

### Cranberrycompote

1. Doe alle ingrediënten met elkaar in pan en breng langzaam aan de kook.
2. Laat doorkoken tot alle besjes zijn geklapst. Dek nu af met folie en koel terug.

### Chocolade/amandelbiscuit:

75 gram eiwit  
15 gram suiker  
75 gram amandelschaafsel  
75 gram poedersuiker  
12 gram bloem  
5 gram cacaopoeder

### Chocolade/amandelbiscuit

1. Maak een fijn poeder van de poedersuiker, amandelschaafsel, bloem en cacaopoeder.
2. Klop de eiwitten op met de suiker.
3. Spatel beide door elkaar en smeer dun uit op bakpapier.
4. Bak nu af op

Stand

Temperatuur

Tijd

Hetelucht Plus

200 °C

ca. 6 minuten

### Chocolademousse:

50 gram slagroom  
75 gram pure chocolade  
2 gram gelatine  
125 gram slagroom

### Chocolademousse

1. Week de gelatine.
2. Kook de 50 gram slagroom op en los hierin de gelatine en de fijngehakte chocolade op.
3. Klop ondertussen de 125 gram slagroom lobbig en spatel deze door de chocolademassa.

### Extra nodig:

Grove zoutkristallen/ atsinacress

# Chocolade, cranberries en gezouten karamel Chocolate, Cranberry and Salted Caramel Confection



## Ingredients

Serves 4

### **Salted Caramel:**

75 grams of white caster (fine) sugar  
100 grams of whipped cream  
Salt

### **Cranberry Compote:**

75 grams of cranberries  
32 grams of red wine  
25 grams of orange juice  
25 grams of cane sugar

### **Chocolate/Almond Biscuit:**

75 grams of egg whites  
15 grams of sugar  
75 grams of almond shavings  
75 grams powdered sugar  
12 grams of flour  
5 grams of cocoa powder

### **Chocolate Mousse:**

50 grams of whipped cream  
75 grams of pure dark chocolate  
2 grams of gelatin  
125 grams of whipped cream

### **Extra:**

Coarse salt crystals  
Atsina Cress

## Directions

### **Salted Caramel**

1. Boil the sugar in a dry pan until caramelized.
2. In the meantime, heat the whipped cream until just warm. Add the whipped cream to the caramelized sugar.
3. Bring to a boil again and pour through a sieve.
4. Season with salt.

### **Cranberry Compote**

1. Put all the ingredients together in a pan and slowly bring to a boil.
2. Cook until all the berries are melted. Cover with foil and let cool.

### **Chocolate/Almond Biscuit**

1. Mix the powdered sugar, almond shavings, flour and cocoa powder together to form a fine powder.
2. Beat the egg whites with the sugar.
3. Mix the egg whites and the fine powder together. Spread thinly on baking paper.
4. Bake.

<b>Setting</b>	<b>Hot Air Plus</b>
<b>Temperature</b>	<b>200 °C</b>
<b>Time</b>	<b>ca. 6 minutes</b>

### **Chocolate Mousse**

1. Soak the gelatin.
2. Boil the 50 grams of whipped cream. Add the gelatin and finely chopped dark chocolate. Cook until the gelatin is dissolved.
3. Meanwhile, whisk the 125 grams of whipped cream and fold it through the chocolate mass.



On behalf of the growers and producers of U.S. dried fruit and tree nuts, the U.S. Department of Agriculture and our partners would like to thank you for participating in our event. We hope you enjoyed working with these delicious and nutritious American products and we look forward to working with you in the future.

Check out [fas-europe.org](http://fas-europe.org) for upcoming events.



Other sponsors include:



U.S. kidney beans

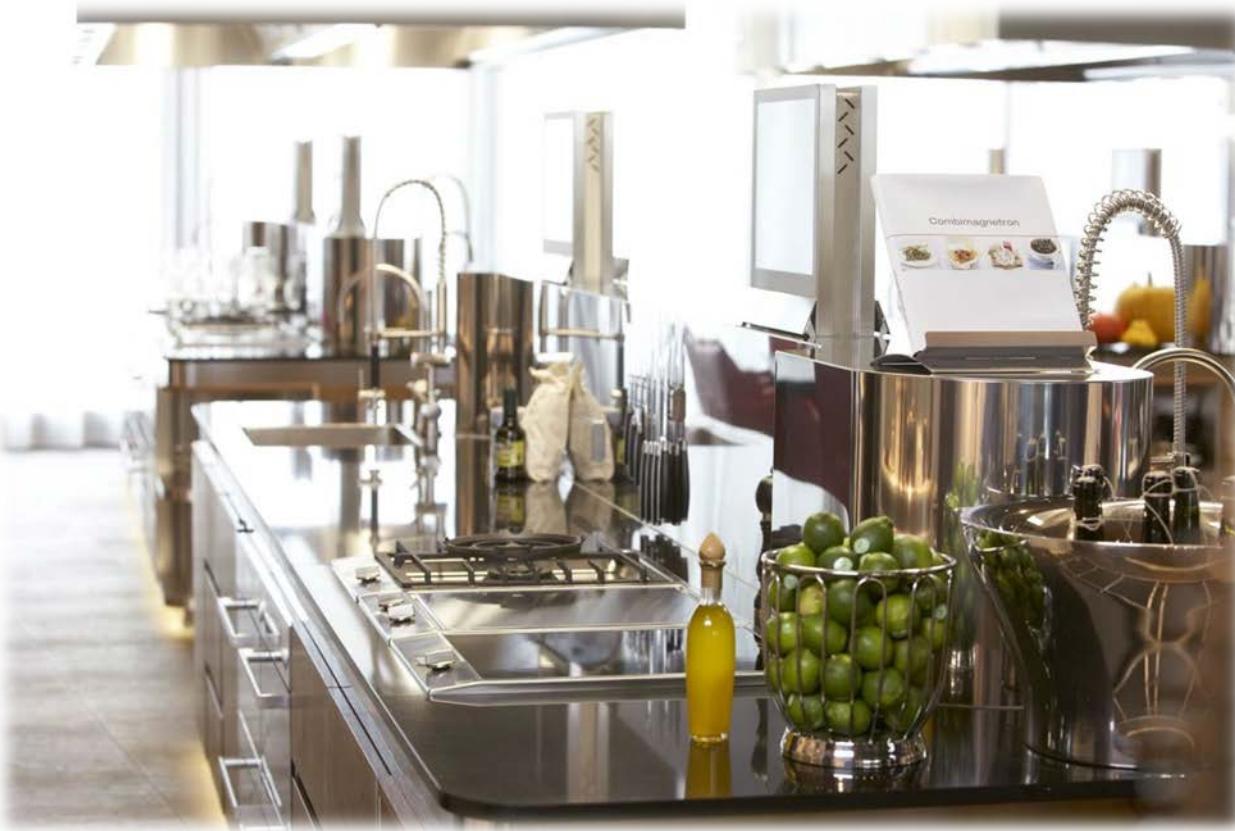
U.S. sweet potatoes



**Miele**

**De chefs van het Miele Culinary Institute danken u hartelijk voor uw komst. De recepten van deze bijzondere workshop zijn persoonlijk voor u samengesteld. Wij hopen dat u door het bijwonen van deze kookworkshop veel smakelijke inspiratie hebt opgedaan en wensen u alvast veel plezier bij het koken thuis!**

**Heeft u vragen over één van de recepten? Dan kunt u contact opnemen met één van de medewerkers van het Miele Culinary Institute. Zij zijn bereikbaar via [recepten@miele.nl](mailto:recepten@miele.nl).**



**Kijk op [www.miele.nl](http://www.miele.nl) voor meer informatie over de kookworkshops en het actuele aanbod.**